

# II OPEN PORTUGAL 2020

# 30 | TAEKWONDO

MAIO

DAS 9H às 19h • PAVILHÃO MUNICIPAL CASAL VISTOSO - LISBOA

MAY 30<sup>th</sup> from 9.am till 7pm KYORUGUI | POOMSAES | FREESTYLE



ORGANIZAÇÃO / APOIOS



# II PORTUGAL TAEKWONDO OPEN 2020

## 30 Maio 2020

Lisboa – PORTUGAL



# II PORTUGAL TAEKWONDO OPEN POOMSAE & FREE STYLE

Exmo. Sr. Presidente,  
Caro Mestre / Responsável de escola,

Em nome da Federação Portugal Taekwondo, orgulhamo-nos de vos convidar para participarem no PORTUGAL TAEKWONDO OPEN POOMSAE AND FREE STYLE 2019. Este torneio irá decorrer na cidade de Lisboa no dia **30 de Maio**.

Garantimos **uma boa qualidade de competição e organização** – que contará com a presença de árbitros nacionais e internacionais, de modo a garantir um grande nível de transparência, imparcialidade e fair play a todos os participantes.

De forma a proporcionar a todas as equipas a melhor hospitalidade possível, disponibilizamos uma **taxa mais barata** em alguns hotéis com os quais temos acordo

O Clube de Taekwondo de Portimão terá a honra de vos receber e aos vossos atletas. Contamos com a vossa presença.

Com os melhores cumprimentos,

Nuno Semedo

## 1. ORGANIZAÇÃO

---

<b>ORGANIZAÇÃO</b>	<b>FEDERAÇÃO PORTUGAL TAEKWONDO</b> <b>ATLX – Associação de Taekwondo de Lisboa</b> R DAMIÃO DE GÓIS 11 R/C ESQ., 1400-087 LISBOA, PORTUGAL <a href="http://www.facebook.com/Portugal-Taekwondo-111705296357147">www.facebook.com/Portugal-Taekwondo-111705296357147</a>
<b>PRESIDENTE</b>	Sr. Nuno Semedo Email: <a href="mailto:geral@portkd.com">geral@portkd.com</a>
<b>DIRECTOR DE ARBITRAGEM</b>	Sr. Henrique Leite Email: <a href="mailto:Kikevenz@gmail.com">Kikevenz@gmail.com</a>

## 2. DATA E LOCAL

---

<b>DATA DA COMPETIÇÃO</b>	Sábado, dia 30 de Maio de 2020
<b>REGISTROS</b>	<b>SEXTA-FEIRA dia 29 Maio</b> 14h00 – 22h00: <b>encorajamos todas as equipas a fazerem o registo na véspera</b>  <b>Sábado dia 30 de Maio</b> 08h00 – 09h00: Registro no pavilhão gimnodesportivo 09h30: Início da competição
<b>LOCAL DA COMPETIÇÃO</b>	Pavilhão Gimnodesportivo de Portimão, Av. Miguel Bombarda 9, 8500-643 Portimão, Portugal

## 3. PARTICIPANTES

---

<b>MEMBROS</b>	Todos os atletas devem ter seguro Desportivo válido para participar e uma graduação mínima de 6º KUP.
<b>UNIFORMES</b>	É obrigatório a todos os participantes apresentarem-se com equipamento de Poomsae homologado pela WT <b>Escalão de Kup's</b> (todas as idades): Dobok branco com gola branca e respetivo cinto colorido. <b>Categoria de Cadetes</b> (Idades 12-14): Parte de cima branca com colarinho vermelho e preto, calças azuis para rapazes; e calças vermelhas para raparigas. <b>Categoria de Juniores e Seniores</b> (idades 15-50): Parte de cima branca com colarinho preto, calças pretas para rapazes e calças azuis escuras para raparigas <b>Categoria de Mestre</b> (Idade de 51 ou mais velho): Parte de cima amarela com calças pretas para todas as categorias.

A ultima atualização de equipamentos homologados pela WT pode ser encontrado em: <http://www.worldtaekwondo.org/wtf-partners/recognized/>

### GRADUAÇÃO

Competição de Dan's - Categoria: 1º DAN/POOM ou superior  
Competição de Kup's – Categoria B: 8º Kup até 1º Kup

## CATEGORIAS DE IDADES

**As categorias de idade são baseadas no ano de nascimento.** Por exemplo, atletas nascidos em 2005 que ainda tenham 14 anos mas que este ano completem os 15 anos, devem competir no escalão de juniores.

Todos os menores de idade devem entregar o termo de responsabilidade (**liability declaration**) na credenciação, o mesmo deve estar assinado pelos pais ou pelo seu responsável legal, aceitando na íntegra o regulamento do evento.

**Ver anexo 1.**

Todos os atletas podem competir em várias categorias: Individual, Par e equipas.

### **Individual (1 masculino ou 1 feminino)**

Infantis – 6 aos 11 anos  
 Cadetes: 12 aos 14 anos  
 Juniores: 15 aos 17 anos  
 Sub 30: 18 aos 30 anos  
 Sub 40: 31 to 40 anos  
 Sub 50: 41 aos 50 anos  
 Sub 60: 51 aos 60 anos  
 Sub 65: 61 aos 65 anos  
 + 66: 66 anos ou mais

### **Categoria Par (1 masculino + 1 feminino)**

Par Infantil: dos 6 aos 11 anos  
 Par Cadete: dos 12 aos 14 anos  
 Par Júnior: dos 15 aos 17 anos  
 Par 1: dos 18 aos 30 anos  
 Par 2: 31 anos ou mais

### **Equipa (3 masculinos ou 3 femininos)**

Equipa Infantil: dos 6 aos 11 anos  
 Equipa Cadete: dos 12 aos 14 anos  
 Equipa Júnior: dos 15 aos 17 anos  
 Equipa 1: dos 18 aos 30 anos  
 Equipa 2: 31 anos ou mais

### **Free Style**

Duas categorias de idade para Individual (1 masculino ou 1 feminino) e Pares (1 masculino + 1 feminino): até aos 17 anos e mais de 18 anos  
 - Categoria para Equipas (2 masculinos + 3 femininos ou 3 masculinos + 2 femininos): mais de 12 anos de idade

**CATEGORIA DE KUP'S**

Cada atleta deve apresentar duas Taegeuk diferentes à sua escolha para a sua competição (escolha livre)

Sistema de eliminatórias; com ordenação final por classificação (ranking)

**Para cada participante: 2 taegeuks com 30 segundos de intervalo.**

INDIVIDUAIS ESCALÃO B	
Infantis 6 - 11 anos	Duas Taegeuk à escolha entre a 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,
Cadetes 12 - 14 anos	
Juniores 15 - 17 anos	
18 - 30 anos	
31 - 40 anos	
41 - 50 anos	
51 - 60 Anos	
61 – 65 Anos	
+de 66 anos	

	PAR Escalão B	EQUIPA – Escalão B
Infantis 6 - 11 anos	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,
Cadetes 12 - 14 anos	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,
Juniores 15 - 17 anos	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,
18 - 30 anos	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,
Mais de 31 anos	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,	Taegeuk 1,2,3, 4, 5, 6, 7, 8 jang,

**POOMSAES OBRIGATÓRIAS**

Cinco (5) dias antes da competição as Taegeuk/Poomsae serão publicados os sorteios no website: <https://www.martial.events/en>

**Para cada eliminatória: 2 taegeuks/poomsae com 30 segundos de intervalo.**

Para cada Taegeuk/Poomsae duas pontuações serão atribuídas (cada Taegeuk/Poomsae será avaliada separadamente e as pontuações serão anunciadas momentos depois da sua execução).

INDIVIDUAL - ESCALÃO A	
Cadetes 12 - 14 anos	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang
Juniores 15 - 17 anos	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback
18 - 30 anos	Taegeuk 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin
31 - 40 anos	
41 - 50 anos	Taegeuk 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon
51 - 60 anos	Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon, Hansu
61 - 65 anos	
Mais de 66 anos	

	PAR - ESCALÃO A	TRIO - ESCALÃO A
Cadetes 12 – 14 anos	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang
Júnior 15 - 17 anos	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback	Taegeuk 4, 5, 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback
18 - 30 anos	Taegeuk 6, 7, 8 jang, Koryo Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin	Taegeuk 6, 7, 8 jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin
Mais de 31 anos	Taegeuk 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon	Taegeuk 8 Jang, Koryo, Keumgang, Taeback, Pyongwon, Sipjin, Jitae, Chonkwon

## FREE STYLE - COMPETIÇÃO

O Freestyle é uma competição em que apenas estão elegíveis atletas com graduação de **Dan/Poom**.

Em baixo encontra-se um pequeno resumo das regras:

### 1. *Composição de uma Poomsae Free Style*

- Música e coreografia devem ser escolhidas por cada participante. No entanto, nelas não devem estar contidas nenhuma mensagem **política, social** ou **religiosa**.
- Deve trazer uma PEN **USB com a musica em formato MP3**, a mesma deve ser entregue à Organização **na mesa central antes da competição** começar. (**formato áudio da Apple não é suportado**)
- Performance e as técnicas devem ter ligação ao taekwondo.

### 2. *Escalões*

- Individual: Masculino ou Feminino (**idades: sub 17 anos e mais de 18 anos**).
- Par: 1 Masculino e 1 Feminino (**idades: sub 17 anos e mais de 18 anos**).
- Equipas Mistas: composto por 5 membros compostas no mínimo por 2 atletas masculinos e por 2 atletas femininos (idade mínima: 12 anos)

### 3. *Duração da apresentação*

Individual, Par e equipa compete de 90 segundos a 100 segundos.  
(0,3 pontos deduzidos se for menos de 90 ou mais de 100 segundos)

### 4. *Critério de pontuação*

- A pontuação será atribuída de acordo com os critérios da WT.
- Os tipos de pontapé são de acordo com a seguinte sequência:
  - **Altura do salto** – Pontapé lateral em salto (nos casos de competição em par e em equipa, todos os membros devem executar este movimento obrigatoriamente).
  - **Número de pontapés num só salto** – Pontapé frontal em salto (pelo menos um dos participantes deve executar este movimento).
  - **Gradiente de voltas num pontapé em rotação** – Pontapé em gancho com rotação ou pontapé em rotação (pelo menos um dos participantes deve executar este movimento)
  - **Nível de Performance numa sequencia de pontapés** – Os pontapés na parte do Kyorugi são limitados a um máximo de (5) (pelo menos um dos participantes deve executar este movimento), (\*3 a 5 steps são obrigatório e devem ser executados no mesmo local antes de executar sequencia de pontapés de kyorugi).
  - **Ações Acrobáticas** – Baseado na dificuldade técnica de todas as ações acrobáticas (com pontapé de taekwondo) executado na parte gímnica. (pelo menos um dos participantes deve executar este movimento).
- Cada técnica de perna deve ser executada com menos de três passadas de balanço. (por cada passada excedida será deduzido -0,1 pontos)
- Cada uma das seguintes posições base, deve estar incluída na apresentação, pelo uma vez:
  - Dwit kubi
  - Beom-sogi
  - Hakdari-sogi

#### 4. REGRAS DE COMPETIÇÃO

---

<b>REGRAS DE COMPETIÇÃO</b>	acordo com as regras da WT
<b>FORMAS</b>	Taegeuk e WT/Kukkiwon Poomsaes superiores
<b>MÉTODO DE COMPETIÇÃO</b>	<b>Single Elimination Tournament System</b>  <b>Cut off system</b> em KUPS.
<b>CONTROLO ANTI-DOPING</b>	Alguns atletas poderão ser submetidos ao controlo anti doping, escolhidos de forma aleatória. A lista de substâncias proibidas está de acordo com a IOC.
<b>PRÉMIOS</b>	A todos os vencedores 1º, 2º e dois 3ºs lugares, serão atribuídas medalhas
<b>PROTESTO</b>	Deve ser elaborado pelo treinador oficial e entregue no máximo até 10 minutos após o término do acontecimento ao Director de arbitragem de Poomsae. O protesto tem um custo de €150, e o resultado do mesmo deve ser anunciado até 30 min após a sua entrega.
<b>RESPONSABILIDADE</b>	Todos os atletas e participantes inscrevem-se por sua conta e risco. A organização, o Clube de Taekwondo de Portimão ou a Federação Portugal Taekwondo não assumem qualquer responsabilidade por eventuais estragos, lesões, perdas e danos que possam ocorrer e especialmente quaisquer danos, perdas, consequentes (direta ou indiretamente) a atos ou ameaças de terrorismo. Todos os atletas devem ter na sua posse os documentos necessários para efeitos de seguro ou de tratamento medico. Caso não o tenham assumem as custas dos seus tratamentos.

#### 5. ENTRADAS

---

<b>REGISTRO</b>	Registo só é possível através do website: <a href="https://www.martial.events/en">https://www.martial.events/en</a>  <b>PRAZO MÁXIMO: 20 de Maio de 2020</b>  <b>! Registos apenas poderão ser feitos pelo administrador/responsável do clube. Os atletas não se podem registar individualmente. Registos não serão aceites de outra forma</b>
<b>ENTRADAS</b>	<b>INDIVIDUAL: € 10</b> por cada atleta <b>PAR: € 10</b> por cada par <b>EQUIPA: € 10</b> por cada equipa <b>FREE STYLE:</b> - Individual: <b>€ 10</b> por cada atleta Par: <b>€ 10</b> por cada par - Equipas Mistas: <b>€ 10</b> por cada equipa

**As inscrições devem ser pagas por transferência bancária antes do final do prazo de inscrição 20 de Maio de 2020** para a seguinte conta bancária:

**Nome:** Federação Portugal Taekwondo

**Morada:** R DAMIÃO DE GÓIS 11 R/C ESQ.,1400-087 LISBOA, PORTUGAL

**Banco:** Caixa Geral de Depósitos

**Conta:** IBAN PT50 0035 0740 00019246 930 96

**Código Swift :** CGDIPTPL

**Referência:** **PT 2020 + POOMSAE + team name**

O comprovativo de transferência deve ser enviado para: [geral@portkd.com](mailto:geral@portkd.com)

Todas as entradas têm um pagamento obrigatório. Não haverá lugar à devolução se atleta registado não comparecer na competição.

No caso dos atletas que não tenham sido removidos da lista de participantes antes do término do prazo de inscrição, a sua equipa terá de suportar o pagamento da inscrição.

#### MODIFICAÇÕES

Eventuais modificações que queiram fazer após o término do prazo de inscrição terão um custo administrativo de **€20**. Estas modificações serão pagas em dinheiro na creditação e registro.

#### TREINADOR

Apenas atletas em competição e treinadores terão acesso à área de competição. O treinador deverá usar roupa e calçado desportivo (não poderá estar de dobok). Todos os treinadores devem ter mais de 18 anos!

#### ESPETADORES

Grátis

#### IMPrensa

Filming and photographing is not allowed on the competition area, unless for press members. Recording from the public stands is only allowed for handy cam-type cameras. If you want to bring a photographer or a journalist, please mention it by e-mail:-[portugalopenpt@gmail.com](mailto:portugalopenpt@gmail.com)

## 6. ALOJAMENTO E TRANSPORTE

---

Por forma a garantir os melhores preços de alojamento a todas as equipas participantes, foram elaborados protocolos com algumas unidades hoteleiras da região. Pode encontrar mais informações no website do evento no documento "Hotéis", em: <https://www.martial.events/en>

**AEROPORTOS PERTO:** Lisboa (LIS): 5km; Faro (FAO): 280km; Porto (OPO)310Km

## 7. OUTROS

---

#### PRIMEIROS-SOCORROS

Will be provided by the organization and is only to be used in case of an emergency.

#### SEGUROS

A Organização não assume responsabilidade pelas equipas, eventuais estragos, perdas, violência ou lesões ocorridas durante a sua estadia em Portimão para efeitos de participação no Open. Todos os atletas devem ter na sua posse os documentos necessários para efeitos de seguro ou de tratamento médico. Caso contrário assumem as custas dos seus

tratamentos.

**ATTACHMENT 1: Declaration of consent from the parents or legal guardians for under aged participant**

As legal guardian, .....(First name + surname) Date of birth: ... /... / .....

Address: ....., Point of relationship: ..... I

hereby declare with my consent that my son/daughter, ..... (First name + surname)

Date of birth: ... /... / ....., Address: .....

may participate as an active player at the 2<sup>nd</sup> Portugal Taekwondo Open Poomsae 2020 on May 30<sup>th</sup> in Lisboa (Portugal).

I do know that in Taekwondo injuries cannot be excluded. Neither the organizer or the promoter of the event can be held responsible for any damages or injuries and therefore.

I declare that there exists a valid insurance that will cover costs of possible injuries for my son/my daughter or that I will accept all costs in Connection with possible injuries or damages by myself.

I have read the competition conditions which are according to rules and regulation of the Federação Portugal Taekwondo. I have read the outline of the championships and all of the items of this outlines are known for me.

I recognize explicitly all the points of the outline.

In particular, I recognize unconditionally the liability of the organizer.

.....  
Place

.....  
Date

.....  
Signature of legal guardian

As legal guardian, .....(First name + surname) Date of birth: ... /... / .....

Address: ....., Point of relationship: ..... I

hereby declare with my consent that my son/daughter, ..... (First name + surname)

Date of birth: ... /... / ....., Address: .....

may participate as an active player at the 2<sup>nd</sup> Portugal Taekwondo Open Poomsae 2020 on May 30<sup>th</sup> in Lisboa (Portugal).

I do know that in Taekwondo injuries cannot be excluded. Neither the organizer or the promoter of the event can be held responsible for any damages or injuries and therefore.

I declare that there exists a valid insurance that will cover costs of possible injuries for my son/my daughter or that I will accept all costs in Connection with possible injuries or damages by myself.

I have read the competition conditions which are according to rules and regulation of the Federação Portugal Taekwondo. I have read the outline of the championships and all of the items of this outlines are known for me.

I recognize explicitly all the points of the outline.

In particular, I recognize unconditionally the liability of the organizer.

.....  
Place

.....  
Date

.....  
Signature of legal guardian

